

# **Affronter l'incertitude**

Type de contenu : Texte

Type de médiation : sans médiation

Type de support : Volume

Titre(s) : Affronter l'incertitude : décider en situation de crise / Nathalie Gourdin, Sébastien Rallon, Frédéric Jordan ; [préface du chef d'État-major des armées Thierry Burkhard]

Auteur(s) : Gourdin, Nathalie

Autre(s) auteur(s) : Rallon, Sébastien (19..-....)  
Jordan, Frédéric (1973-....)

Autre(s) responsabilité(s) : Burkhard, Thierry (1964-....) (Préfacier)

Publication : Versailles : VA éditions, DL 2022

Description matérielle : 1 vol. (148 p.) : ill., couv. ill. en coul. ; 24 cm

ISBN : 978-2-36093-226-9

EAN : 9782360932269

Classification décimale Dewey : 155.24

Note sur les bibliographies et les index : Notes bibliogr.

Résumé ou extrait : Dans un monde de plus en plus individualisé, l'absence de préparation au traitement rationnel et émotionnel des informations représente un danger pour la stabilité du fonctionnement cérébral des individus. Ce stress cognitif est à l'origine de nombreux troubles du comportement qui sont autant de freins au bien-être et à la performance des personnes. Si de nombreuses techniques thérapeutiques existent pour traiter les troubles post-traumatiques, force est de constater que rien n'est véritablement entrepris en amont de l'exposition aux facteurs déclenchant les pathologies. Il y a un besoin croissant d'améliorer la résistance et la résilience des individus. Qu'ils puissent être plus performants tout en disposant d'une protection efficace face à une exposition provoquant l'installation de troubles du comportement. Dans ce combat cognitif, c'est tout naturellement vers l'armée et les environnements dégradés auxquels les militaires sont confrontés, que cet ouvrage propose de chercher des méthodes. Celles-ci permettent d'atteindre les conditions d'un aguerissement mental propre à faciliter l'évolution des personnes dans un environnement en état de crise permanente avec plus d'aisance et en subissant le moins de dommages comportementaux possibles.

Sujet - Nom commun : Adaptation (psychologie)

Gestion des crises -- Psychologie

Résistance au stress

Performance (psychologie)

État de stress post-traumatique

Psychologie -- Résilience

État de préparation opérationnelle (science militaire)